



Midzomer

Lange dagen, hitte, onweersbuien. Het is duidelijk, dat de zomer zich laat zien.

Op de boerderij is er een soort “wisseling van de wacht”: de asperges en de rabarber zijn klaar, het peulvruchtenseizoen is aangebroken.

Tuinbonen, peulen, sperziebonen, snijbonen, spekbonden, ineens willen ze allemaal geoogst worden. Ook de kapucijners beginnen nu langzaam dik te worden.

Bij de peulen krijg je toch ook vaak een paar, die dan al weer te dik zijn geworden, vooral bij deze temperaturen. En eigenlijk zijn deze ook juist erg lekker, wel goed aan alle beide kanten renge en dan heb je peul en doperwt in één.

Nog zo’n zomers gevoel: de eerste maaidorser, die gerst gaat dorsen en de eerste krekels op een lekkere zomeravond. We zijn wel blij, dat het nu iets koeler is, hoewel we met wat aanpassingen in het werkrooster toch van alles aan werk verzet hebben. Oogsten, onkruid wieden, deze week ook nog nieuwe planten (waaronder bv boerenkool, herfst- en winterprei, voor het koude seizoen) wintervoer maken voor de koeien, en ook nog wat klussen op en rond het erf. We willen al een hele tijd op het dak van de kalverstal een groendak aanleggen, nu zijn de nodige voorbereidingen al getroffen.

Daarvoor hebben we nog een

Vraag:

Als iemand nog sedumplantjes of andere planten, die geschikt zijn voor op een groendak, over heeft, dan kunnen wij die goed gebruiken. Neem contact op met ons via de mail of de telefoon.

Kathinka.

Kiezelpreparaat roeren en uitbrengen elke derde vrijdag van de maand.

van 7 u tot ca. 9:30u. Graag aanmelden bij ons.

Week 27, 1 juli 2026

Inhoud groentepakket

onder voorbehoud van wijzigingen

Krop- of groene bataviasla 't Leeuweriksveld

Tuinbonen

„

Andijvie

„

Snijbiet

„

Venkel

„

Komkommer

„

In week 27 verwacht: sla, peulvrucht, ...

Open dag op de Blauwe bessengaard

Zaterdag 11 juli van 11 tot 16 uur

Kom kijken, proeven en plukken, dan is het bessenseizoen geopend.

Neem ook eens een kijk op de kersverse website:

www.blauwebessengaard.nl

Huisoppas gezocht

Op deze manier hoop ik iemand te vinden, nu de oppas plots afgezegd heeft:

Ik ben op zoek naar een lieverd die van 1-7 september in mijn huis op mijn twee poezen van 19 en 12 jaar, wil komen passen.

Oudste heeft medicijnen (druppels) die makkelijk toe te dienen zijn. Ze zijn dol op gezelschap.

Mijn huis staat in een bosrijke wijk in Emmen.

Je kan vanuit mijn huis zo het bos in om te wandelen. Ook met de fiets zit je zo in de natuur. Voor wie wil reageren graag !

06-18887523 (Whatsapp of voicemail, ik neem dan contact met je op. Eleonora.

Oogstmenu data in de zomer:

Na de zomerstop volgt woensdag 26 augustus.

Biologisch 3 gangenmenu met groentes van het seizoen, wat 't Leeuweriksveld te bieden heeft.

Begin van het eten 18 uur, € 27,50 per persoon.

Info en aanmelding: kay@oogstmenu.nl of

www.oogstmenu.nl

Over de **Zolderbieb**: je hoeft geen lid te worden, hij is voor iedereen vrij toegankelijk!

['t Leeuweriksveld - Verse lichtwortel](#)

We hebben nog steeds mooie lichtwortels.

Voor recepten zie ook: www.leeuweriksveld.nl

Traditionele tuinbonen

800 gr tuinbonen, 150 gr spekjes, 1 ui, 1 tn knoflook, 3 el creme fraiche, olijfolie, peper en zout.

Dop de tuinbonen en kook ze gaar in ca 6 minuten. Bak de spekjes in een beetje olie. Snipper de ui en fruit mee. Snijd de knoflook fijn en doe er op het laatst bij. Tot slot kunnen de (afgegoten) tuinbonen erbij en dan nog een minuutje sudderen met de creme fraiche en wat peper.

Lasagne met andijvie

3 eieren, 2 el creme fraiche, 125 gr parmezaanse kaas of edelgistsvlokken, 60 gr belegen kaas, 1 pak lasagne, 1 krop andijvie, 1 el sesamzaadjes, 3 teentjes knoflook, zout en peper.

Vvw de oven op 180 graden. Snijd een krop andijvie fijn en was het zand eruit. Klop de eieren, meng met de creme fraiche en roer door de andijvie. Snijd de knoflook klein en meng samen met zout en peper door de andijvie. Rasp de parmezaanse kaas. Pak een rechthoekige ovenschaal en beleg de bodem met lasagnevellen. Daarop kan een laagje andijvie met wat parmezaanse kaas of edelgistsvlokken. Bouw het laag voor laag op en eindig met een groene laag. Dek af met plakjes of geraspte belegen kaas. Zet ca 30 minuten in de oven. Rooster de sesamzaadjes in een droge koekenpan en strooi voor het serveren over de lasagne.

Salade met andijvie

0,5 struik andijvie, 1 peer, 2 vijgen, 0,5 wortel, 0,5 ui, 1 el zonnebloempitten Dressing: 0,5 teen knoflook, 1 el azijn, 0,5 el sojasaus, 1 el olie, 1 tl agavesiroop, 0,5 el sinaasappelsap, 0,5 tl verse gember.

Maak de dressing: snijd een half teentje knoflook fijn en meng dat met 1 el azijn, 0,5 el sojasaus, een eetlepel olijfolie, 1 theelepel agavesiroop wat sinaasappelsap en een halve theelepel geraspte gember. Snijd de peer en vijg (vers of gedroogd) in kleine blokjes en roer door de dressing.

Was de andijvie en snijd in fijne reepjes. Rasp een halve wortel. Snijd een halve ui in kleine blokjes. Roer alles doorelkaar. Rooster de zonnebloempitten in een droge koekenpan en strooi over de andijviesalade.

Als je bijvoorbeeld mungbonen door de salade mengt en je serveert met rijst (evt met een saus), dan heb je een volwaardige maaltijd.

Salade met tuinbonen en feta

110 gr gepelde tuinbonen, 0,5 krop sla, 1 rode puntpaprika, 50 gr olijven, 75 gr feta, 1 el fijngesneden zongedroogde tomaten, 1 el gembersiroop, 1 el azijn, mespuntje mosterd, 2 el olie, zout en peper, als je hebt wat dille of venkelgroen.

Kook de tuinbonen gaar in ca 6 minuten en laat afkoelen. Was en pluk de sla in kleine stukken. Snijd de olijven in plakjes, de feta en zongedroogde tomaatjes in kleine stukjes. Meng de gembersiroop met azijn, mosterd, olie en zout en peper. Hussel alles en garneer met wat dillen of venkelgroen. Lekker bij gebakken krieltjes of nieuwe aardappelen.

Pasta met snijbiet en roomsaus

1 bos snijbiet, 2 ons pasta, paar druppels citroensap, 100 gr feta, 50 ml kookroom of creme fraiche, 1 teen knoflook, olie, peper en zout, handje zonnebloempitten.

Was de snijbiet en snijd zowel het blad als de stelen in kleine stukjes. Kook de pasta gaar volgens de aanwijzingen op de verpakking. Snipper de knoflook. Verhit olijfolie in een koekenpan en begin met het fruiten van de snijbietstelen. Doe het blad erbij en de knoflook. Roerbak een paar minuten en verkruimel de feta erboven. Roer de creme fraiche erdoor met wat citroensap. Laat pruttelen tot er een soort saus ontstaat, roer de pasta erdoor en breng op smaak met zout en peper. Rooster de zonnebloempitten en strooi over de pasta.

Komkommersalade met Griekse yoghurt.

1 komkommer, 200 gr griekse yoghurt, zout en peper, sap van een halve citroen, 1 sjalot, wat verse dille of munt, scheutje olie

Rasp de komkommer in schijfjes en meng in een kom met de yoghurt, zout en peper, citroensap, gesnipperde sjalot, wat olie en kruiden.

Tzatziki

1 komkommer, 2 teen knoflook, 3 el yoghurt, zout en peper, handje bieslook of bosui.

Rasp de komkommer. Laat uitlekken in een vergiet. Pers 2 teen knoflook. Meng dat met de yoghurt, zout, peper en gesnipperde bieslook. Roer door de uitgelekte komkommer.

Wouter en Kathinka Kamphuis

Zandzoom 72, 7814 VJ Emmen

0591-381445

info@leeuweriksveld.nl

www.leeuweriksveld.nl

